

## Abstrak

Muhammad Ridwan. K5613052. **PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *JUMP SHOOT* MENGGUNAKAN METODE KESELURUHAN DAN BAGIAN PADA SISWI EKSTRAKULIKULER BOLA BASKET SMA NEGERI 6 SURAKARTA TAHUN 2017/2018**. Skripsi, Surakarta : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta, Juli, 2018.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) perbedaan pengaruh latihan *jump shoot* menggunakan metode keseluruhan dan bagian pada siswi ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 6 Surakarta tahun 2017/2018. (2) Metode latihan yang lebih baik pengaruhnya antara metode keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan *jump shoot* siswi ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 6 Surakarta tahun 2017/2018.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan rancangan *pretest-posttest designs*. Pada penelitian ini seluruh siswi ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 6 surakarta tahun 2017/2018 merupakan sampel penelitian. Pengumpulan data yang digunakan adalah tes keterampilan menembak *speed spot shoot* AAHPERD 1984. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji perbedaan (uji-t) dengan melalui uji prasyarat terlebih dahulu seperti uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji homogenitas.

Hasil penelitian sebagai berikut: *Pertama*, ada perbedaan pengaruh latihan *jump shoot* menggunakan metode keseluruhan dan bagian pada siswi ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 6 Surakarta tahun 2017/2018 dengan  $t_{hitung}$  yang diperoleh = 2.143 >  $t_{tabel}$  = 1.833. *Kedua*, metode latihan keseluruhan memiliki pengaruh yang lebih baik daripada bagian dalam meningkatkan kemampuan *jump shoot* bola basket siswi ekstrakurikuler basket SMA 6 Surakarta tahun 2017/2018. Kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan metode latihan keseluruhan) memiliki peningkatan 26.7 %, lebih besar daripada kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan metode bagian) yaitu 14.94 %.

Penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut: (1) Ada perbedaan pengaruh latihan *jump shoot* menggunakan metode keseluruhan dan bagian pada siswi ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 6 Surakarta tahun 2017/2018. (2) Metode latihan keseluruhan memiliki pengaruh yang lebih baik daripada bagian dalam meningkatkan kemampuan *jump shoot* bola basket siswi ekstrakurikuler basket SMA 6 Surakarta tahun 2017/2018.